



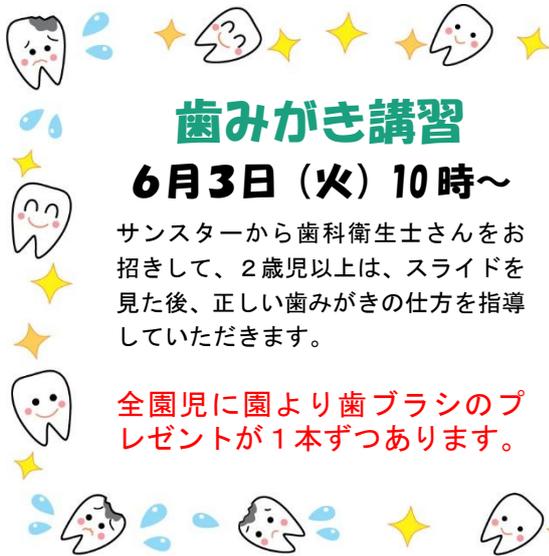
6月の保健だより

南ヶ丘子ども園
2025. 6. 1

子どもたちの様子

5月は、感染性胃腸炎が流行し、溶連菌感染症も数名出ました。これからは、熱中症や手足口病、ヘルパンギーナが心配されます。蒸し暑くなってくると、たくさんエネルギーを使って、疲れやすくなりますので、早寝、早起き、食事などの生活リズムに配慮しましょう。

必ず毎日、すみれ組以上は水筒を持ってきてください。冷たすぎると胃腸の働きを低下させますので、この時期は常温にしましょう。

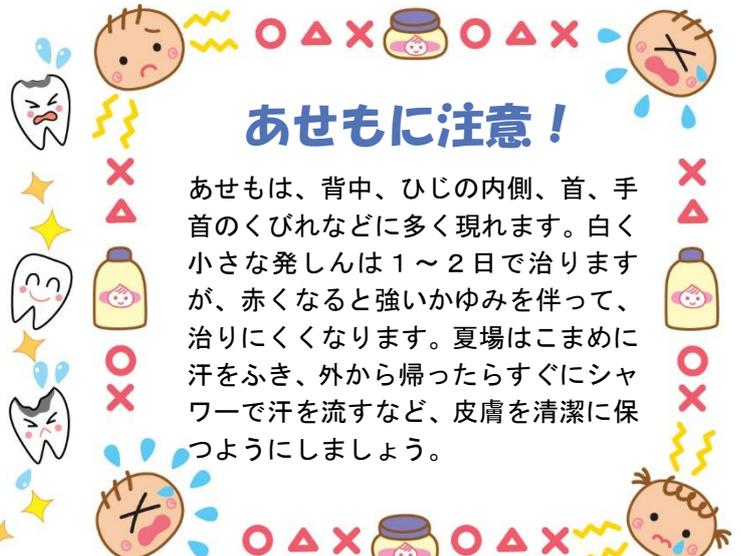


歯みがき講習

6月3日(火) 10時～

サンスターから歯科衛生士さんをお招きして、2歳児以上は、スライドを見た後、正しい歯みがきの方法を指導していただきます。

全園児に園より歯ブラシのプレゼントが1本ずつあります。



あせもに注意!

あせもは、背中、ひじの内側、首、手首のくびれなどに多く現れます。白く小さな発しんは1～2日で治りますが、赤くなると強いかゆみを伴って、治りにくくなります。夏場はこまめに汗をふき、外から帰ったらすぐにシャワーで汗を流すなど、皮膚を清潔に保つようにしましょう。

手足口病に注意しましょう

症状

発熱することもある

てのひら、足の裏、口の中、おしりに、赤い発しんがある

下痢をすることもある

夏の流行することが多い病気。感染力が強いため、何度もかかる可能性があります。

口の中の水ぼうが痛むときは、プリンや野菜スープなど、のどごしのよい物を。

治った後も、2～4週間くらいは便にウイルスがいます。おむつ替えの後は、しっかり手を洗ってください。

症状により、園をお休みしましょう。熱が下がって1日以上経過し、いつもどおり食事ができれば登園可能です。



「ヘルパンギーナ」に注意

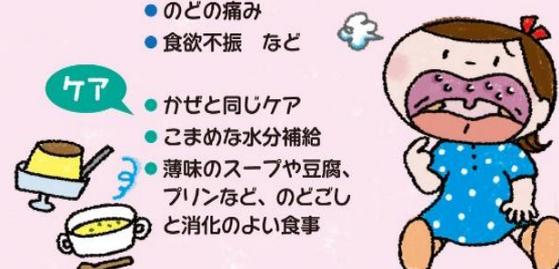
のどの奥に水ぼうがができる「ヘルパンギーナ」がはやっています。夏かせの一種でそれほど心配はありませんが、のどの痛みが強く、食事や水分がとりにくくなるのが特徴。高熱が3日以上続いたり、水分をとれなかったりするときは、急ぎ病院へ。

症状

- 38～40℃の高熱が2～3日続く
- のどの奥に白いぶつぶつができる
- のどの痛み
- 食欲不振 など

ケア

- かぜと同じケア
- こまめな水分補給
- 薄味のスープや豆腐、プリンなど、のどごと消化のよい食事



熱が下がって1日以上たち、いつもどおり食事ができるまでは、園をお休みしましょう。